



# Sílabo de Actividad Vóley

## I. Datos Generales

<b>Código</b>	ACUC1D05			
<b>Carácter</b>	Obligatorio			
<b>Créditos</b>	1			
<b>Periodo Académico</b>	2021			
<b>Prerrequisito</b>	Ninguno			
<b>Horas</b>	<b>Teóricas</b>	0	<b>Prácticas</b>	2

## II. Sumilla de la Asignatura

---

La asignatura corresponde al área de estudios generales, es de naturaleza práctica. Tiene como propósito desarrollar en el estudiante habilidades interpersonales para desenvolverse en equipos multidisciplinarios, y desarrollar en el estudiante habilidades de comunicación efectiva.

Los estudiantes podrán elegir:

- 1) alguna disciplina deportiva programada por la Universidad y comprende: El entrenamiento deportivo. La carga de entrenamiento. Mejora de las capacidades, destrezas y habilidades físicas. Planificación y estructuración del entrenamiento. Reglamentación de los deportes.
  - 2) alguna disciplina artística programada por la Universidad y comprende: La expresión y la apreciación artística. Facilitación y desarrollo de técnicas. Cultivo y muestra de una obra artística.
- 

## III. Resultado de Aprendizaje de la Asignatura

---

Al finalizar la asignatura, el estudiante será capaz de demostrar sus capacidades, destrezas y habilidades físicas teniendo en cuenta los fundamentos básicos del voleibol mediante su reglamentación.

---



## IV. Organización de Aprendizajes

Unidad I		Duración en horas	8
Resultado de aprendizaje de la unidad	Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar la mecánica de movimiento del fundamento básico de Recepción mediante las posturas alta, media y baja (dominio del balón).		
Conocimientos		Habilidades	Actitudes
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Reconoce el campo de voleibol(partes y medidas)</li><li>✓ Familiarización del balón</li><li>✓ Posturas básicas de recepción :postura alta, media y baja</li><li>✓ Desplazamiento de sus esquema corporal</li><li>✓ Drilles de aprendizaje para el dominio del balón</li><li>✓ Reglas de juego oficiales</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Desarrolla la importancia de la actividad morfo-función</li><li>✓ Ejecuta la técnica adecuada del fundamento básico de recepción</li><li>✓ Ejecuta la técnica adecuada para el desplazamiento</li><li>✓ Ejecuta los drilles de dominio del balón</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Puntualidad</li><li>✓ Responsabilidad</li></ul>
Instrumento de evaluación	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ficha de observación del mecanismo de movimiento.</li></ul>		
Bibliografía (básica y complementaria)	<p><b>Básica</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De Hegedus, J. (2008). <i>Teoría y práctica del entrenamiento deportivo</i> (1ª ed.). Argentina: Editorial Stadium S.R.L.</li></ul> <p><b>Complementaria</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Anónimo (1983). <i>Fisiología deportiva</i>. Rio de Janeiro: Editorial Guanabara Koogan.</li><li>• Anónimo (1974). <i>Teoría general y especial de entrenamiento deportivo</i>. Buenos Aires: Stadium.</li><li>• García, G.M., Martín, J. y Molina, J. (Jan-Mar 2014). <i>Apunts. Educació Física i Esports</i>. Catalan ed., p. 54-60.</li></ul>		
Recursos educativos digitales	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219</a> Haro Rioja</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Voley Raymond Joseph</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Haro Rioja Voley admite interés por peruano Soto y Alemania Burchardt: VOLEIBOL-ESPAÑA(F)</li></ul>		



Unidad II		Duración en horas	8
Resultado de aprendizaje de la unidad	Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar la técnica adecuada del fundamento básico del saque y de ataque demostrando respeto y solidaridad.		
Conocimientos		Habilidades	Actitudes
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Descripción Teórica del fundamento básico del saque</li> <li><b>Tipos de saque:</b></li> <li>✓ Postura básica del saque bajo mano – saque mate</li> <li>✓ Descripción Teórica del fundamento básico del saque</li> <li>✓ Postura básica del fundamento básico de ataque</li> <li>✓ Saque-recepción de saque-mate</li> <li>✓ Reglas de juego</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ejecuta la técnica o postura correcta del saque bajo mano mediante los 6 pasos básicos</li> <li>✓ Ejecuta la técnica o postura correcta del saque mate mano mediante los 6 pasos básicos</li> <li>✓ Realiza la técnica adecuada para el ataque mediante la postura básica</li> <li>✓ Practica los drilles de trabajo de saque –recepción- mate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Respeto</li> <li>✓ solidaridad</li> </ul>
Instrumento de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha de Observación del fundamento básico del vóley.</li> </ul>		
Bibliografía (básica y complementaria)	<p><b>Básica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De Hegedus, J. (2008). <i>Teoría y práctica del entrenamiento deportivo</i> (1ª ed.). Argentina: Editorial Stadium S.R.L.</li> </ul> <p><b>Complementaria</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anónimo (1983). <i>Fisiología deportiva</i>. Rio de Janeiro: Editorial Guanabara Koogan.</li> <li>• Anónimo (1974). <i>Teoría general y especial de entrenamiento deportivo</i>. Buenos Aires: Stadium.</li> </ul>		
Recursos educativos digitales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li> <li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219</a> Haro Rioja</li> <li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li> <li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Voley Raymond Joseph</li> <li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Haro Rioja Voley admite interés por peruano Soto y Alemania Burchardt: VOLEIBOL-ESPAÑA(F)</li> </ul>		



Unidad III		Duración en horas	8
Resultado de aprendizaje de la unidad	Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar la técnica adecuada del fundamento básico del voleo demostrando solidaridad.		
Conocimientos		Habilidades	Actitudes
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Descripción Teórica del fundamento básico del voleo</li></ul> <b>Voleo:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Postura básica de la técnica adecuada del voleo</li><li>✓ Drilles de voleo hacia adelante - atrás</li><li>✓ Participación grupal en partidos de practica</li><li>✓ Reglas de juego</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Practica la postura básica de la técnica del voleo</li><li>✓ Practica el voleo en drilles de familiarización hacia delante y atrás</li><li>✓ Practica el voleo en drilles con desplazamiento hacia delante atrás</li><li>✓ Practica en partidos de practica la postura de la técnica del voleo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Solidaridad</li><li>✓ compañerismo</li></ul>
Instrumento de evaluación	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ficha de Observación fundamento básico del voleo</li></ul>		
Bibliografía (básica y complementaria)	<b>Básica</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• De Hegedus, J. (2008). <i>Teoría y práctica del entrenamiento deportivo</i> (1ª ed.). Argentina: Editorial Stadium S.R.L.</li></ul> <b>Complementaria</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Anónimo (1983). <i>Fisiología deportiva</i>. Rio de Janeiro: Editorial Guanabara Koogan.</li><li>• Anónimo (1974). <i>Teoría general y especial de entrenamiento deportivo</i>. Buenos Aires: Stadium.</li></ul>		
Recursos educativos digitales	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219</a> Haro Rioja</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Voley Raymond Joseph</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a> Haro Rioja Voley admite interés por peruano Soto y Alemania Burchardt: VOLEIBOL-ESPAÑA(F)</li></ul>		



Unidad IV		Duración en horas	10
Resultado de aprendizaje de la unidad	Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar la técnica adecuada del fundamento básico del bloqueo, el apoyo y la cobertura al bloqueo.		
Conocimientos		Habilidades	Actitudes
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Descripción Teórica del fundamento básico del bloqueo</li><li>✓ Postura básica del bloqueo</li></ul> TIPOS DE BLOQUEO <ul style="list-style-type: none"><li>✓ De 1 2 y 3</li><li>✓ Apoyo y cobertura del bloqueo</li><li>✓ Drilles de aprendizaje</li><li>✓ Practica grupal en partidos de practica oficiales</li><li>✓ Descripción de teórica y práctica de sistemas de juego</li><li>✓ Formación de sistemas de juego</li><li>✓ Sistemas de juego ofensivo y defensivo</li><li>✓ Participación grupal en encuentros de practica</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Desarrolla y conoce el reglamento del vóley</li><li>✓ Desarrolla la técnica adecuada para la ejecución de la postura básica del bloqueo</li><li>✓ Desarrolla estrategias de juego respetando las reglas de juego</li><li>✓ Crea diferentes tipos de cobertura y aplica lo aprendido</li><li>✓ Conoce los sistemas de juego básicos y avanzados 4-2 5-1 6-6</li><li>✓ Demuestra la mecánica de movimientos de los diferentes sistemas de juego</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Perseverancia</li><li>✓ Disciplina</li></ul>
Instrumento de evaluación	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ficha de Observación del bloqueo</li></ul>		
Bibliografía (básica y complementaria)	<b>Básica</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• De Hegedus, J. (2008). <i>Teoría y práctica del entrenamiento deportivo</i> (1ª ed.). Argentina: Editorial Stadium S.R.L.</li></ul> <b>Complementaria</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•</li></ul>		
Recursos educativos digitales	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/43364067?accountid=146219</a></li><li>• Haro Rioja</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219">http://search.propuesta.com/pqcentral/?accountid=146219</a></li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a></li><li>• Voley Raymond Joseph</li><li>• <a href="http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219">http://search.propuesta.com/docview/281907948?accountid=146219</a></li><li>• Haro Rioja Voley admite interés por peruano Soto y Alemania Burchardt: VOLEIBOL-ESPAÑA(F)</li></ul>		

## V. Metodología

La metodología al emplearse será experimental y creativo por medio de la clase didáctica y las practicas que se darán secuencialmente mediante diferentes tipos de drilles para práctica de los principales fundamentos técnicos y táctico



## VI. Evaluación

### VI.1. Modalidad Presencial

Rubros	Comprende	Instrumentos	Peso
<b>Evaluación de entrada</b>	Prerrequisitos o conocimientos de la asignatura	Test Foster	Requisito
Consolidado 1	Unidad I	Fast test práctica	20%
	Unidad II	Lista de cotejo	
<b>Evaluación parcial</b>	Unidad I y II	Rúbrica de Evaluación fundamentos básico	20%
Consolidado 2	Unidad III	Fast test práctica	20%
	Unidad IV	Lista de cotejo	
<b>Evaluación final</b>	Todas las unidades	Rúbrica de Evaluación de capacidades para el voleibol.	40%
<b>Evaluación de recuperación (*)</b>	Todas las unidades	No aplica	

(\*) Reemplaza la nota más baja obtenida en los rubros anteriores

### VI.2. Modalidad Semipresencial

Rubros	Comprende	Instrumentos	Peso
<b>Evaluación de entrada</b>	Prerrequisito	Test Foster	Requisito
Consolidado 1	Unidad I	Fast test práctica	20%
<b>Evaluación parcial</b>	Unidad I y II	Rúbrica de Evaluación fundamentos básico	20%
Consolidado 2	Unidad III	Fast test práctica	20%
<b>Evaluación final</b>	Todas las unidades	Rúbrica de Evaluación de capacidades para el voleibol.	40%
<b>Evaluación de recuperación (*)</b>	Todas las unidades	No aplica	

(\*) Reemplaza la nota más baja obtenida en los rubros anteriores

**Fórmula para obtener el promedio:**

$$PF = C1 (20\%) + EP (20\%) + C2 (20\%) + EF (40\%)$$